

名古屋亞運 轉播新挑戰

源於奧運

李漢源

2026年9月19日至10月4日，第20屆亞運會將在日本愛知名古屋舉行。作為亞洲規模最大綜合體育盛事，本屆預計會有來自亞洲45個國家及地區的代表運動員參賽，參與運動員人數超過一萬，單以規模而言甚至可以說比奧運更大。本屆設有43個大項、468面金牌，涵蓋奧運主要項目，同時亦保留亞洲特色項目，如武術、藤球、卡巴迪等。值得注意的是，綜合格鬥亦首次成為亞運項目，而E-Sports（電子競技）亦正式成為獎牌項目，合共設有11個金牌。

日本過去曾主辦兩次亞運，分別是1958年東京、1994年廣島；今次名古屋是日本第三次主辦亞洲運動會，加上幾年前的東京奧運，相信日本主辦的經驗亦十分充足。不過，這屆名古屋亞運卻在籌備與運作上引起外界關注：名古屋於2016年申請承辦，至今世界經濟環境已大幅變化，外界普遍認為今次主辦工作「有點吃力」，例如一般亞運會都會興建正式運動員選手村，但今次運動員接待改用郵輪安排，部分國家及地區選手則分別入住酒店，另有由貨櫃改裝的宿舍。傳媒村方面也未如以往設置，媒體只能分散入住各酒店，這些安排或許也意味住宿成本更高。

更重要的是轉播安排：據資料顯示，本屆亞運各項目的國際信

號製作主要交由中央台負責，日本電視台未有參與。作者曾在1994年參與廣島亞運轉播，當時國際信號由日本本地電視台自行製作，故具備完整製作能力；但今次從名古屋發出的傳媒製作手冊資料可見，大約三分之一項目未必有直播。放眼現今國際綜合運動會，通常約90%的項目會有直播畫面信號，奧運甚至接近100%直播。若亞運出現「直播覆蓋不足」，對各地轉播台會是一大考驗，尤其是要把現場信號製作到位，需要足夠攝影及工作人員，而香港若要爭取到關鍵獎牌項目（例如場地單車、壁球、網球等），缺少直播信號將令香港觀眾的即時支持變得更困難。

話雖如此，對香港運動員與體育迷來說，亞運是重要的「表演舞台」，大家都傾向先在亞運爭取好成績，再衝刺奧運。上屆杭州亞運，香港在獎牌榜錄得8金16銀29銅，共53面獎牌，排名第12位；相信在今屆名古屋有機會再進一步。而對觀眾來說，亞運也相對「好睇」。香港與日本時差只有約一小時，黃金時間收看便利，不用像歐美時區那樣要熬夜追賽事。

香港有線網絡媒體自1994年後已連續八屆獨家轉播亞運。希望憑藉超過30年的轉播經驗，能與大會商討，盡可能把亞運最豐富、最關鍵的畫面信號送達香港觀眾，讓香港體育迷能夠即時為香港隊加油、打氣，將支持落到最需要的那一刻。

方寸不亂

方芳

羽毛球世錦賽，國羽選手經歷多場鏖戰，男單全軍覆沒，幸好男雙摘冠，幸保1金。國羽成績下滑，有人說，運動比賽要經過刻苦磨練，我國的男丁都受着家庭萬千寵愛，難道是人民生活富裕了，有其他出路更為吸引？！相信沒有什麼比做偶像明星更為吸引。最近，內地追星追到來香港，據說內地頂流偶像明星成毅在港拍戲，追星團在半山司徒拔道住宅區雲集，在中環商業區等候，尖叫聲此起彼落；另一位頂流偶像明星肖戰，為某品牌來港出席活動，吸引大批內地粉絲專程來港追星，加上香港本地粉絲，令尖沙咀商場內外「淪陷」，引起了市民對公共秩序的關注。

對於追星文化，內地與香港的包容程度不同，香港地方小，無論在商場、港鐵、酒店、茶餐廳、街市、行山徑、馬拉松賽事，都有星蹤，沒有什麼神秘感，即使是上世紀末，香港歌影視黃金時代，香港明星雲集，他們也努力將自己活得像個普通人，享受自由的樂趣。

不過，追星文化有時候受跨地域影響，近年香港也有個別造星現象，在他們的「頂流」生日時，鬧市就成了他們的舞台。一位高學歷專業人士，退休前是某機構一姐，退休後竟然成了「造星人」。每年音樂節頒獎禮前夕，總是給同齡人打電話拉票，初時，大家以為她是為孩子的偶像拉拉票，眾人還是界面應酬一下，殊不知第一輪投票之後，還有第二輪、第三輪及終極投票；以後每年音樂頒獎禮，又有拉票電話，總之，慘過「借錢」，大家都避之則吉，飯聚繼續，投票免問。

以前，「造星」要靠公司資源，但今天情況已不一樣，不少新生代的偶像明星，來自選秀節目，他們需要依賴粉絲花錢投票才能出道。新一代粉絲除了觀看偶像的電影、演唱會，購買其音樂作品、代言產品之餘，還會加入「粉絲團體」的活動，探班、接機，在公共交通工具刊登廣告，甚至以偶像名義進行公益活動。如此一來，偶像不再是高高在上，而是與粉絲結為「互利共生」關係，奇怪當中不乏白髮長者，可謂榮辱與共。

好些退休人士與年輕人一起追星，得到年輕人認同，有別於參加退休會、老人中心，遠離「醫生與我」的話題；以前在職場呼風喚雨的一姐，在「粉絲團體」繼續發揮其策劃、推廣、社交能力，感覺沒有離開職場，雖然奉獻時間金錢，但可延續其價值。各取所需，本無不妥，顧及公共秩序，尊重社會大眾生活方式，明白不同社會有不同文化，這是追星族需要學會的。

跨地域追星

七嘴八舌

小臻

因為本專欄相隔一周一次，所以令這篇文章有點滯後，但還是想講這次在香港舉行的「第二屆香港—北京—莫斯科—聖彼得堡—巴黎國際油畫交流大展2026」。

第二屆國際油畫交流大展規模很大，展覽匯聚全球多位當代著名畫家，包括內地中央美術學院教授、俄羅斯列賓美術學院大師及法國知名藝術家，聯同50位香港本土優秀畫家，共同展出超過240幅油畫作品，免費開放。

展覽設有大師班、講座、現場寫生，藝術家與市民共賞東西方油畫藝術的多元交融，可惜因工作關係錯過畫家沈平帶來的「從當年中央美院的油畫家說起……」專題講座。沈平透過700張圖片，梳理中國油畫的發展變革，內容涵蓋徐悲鴻、吳作人等大師的經典之作，並解讀董希文等前輩代表作。

幸好趕上去看「俄羅斯教授大師班」及「油畫會畫家寫生示範」。見到俄羅斯列賓美院名教授Nikita Mogilevtsev由油畫會資深會員聯同列賓美術學院教授現場示範肖像寫生，並為觀眾講解創作過程及技巧，連俄羅斯大使的女兒也做寫生模特兒，可見分量十足。

在參觀展覽期間遇上專欄作者余似心和其弟弟余一樂，原來她有多幅作品參展。認識她是她任國泰航空傳訊部高職，興趣是畫畫，現在才知道她真正的熱愛是油畫藝術，是專門到意大利佛羅倫斯學油畫，專攻人像。目前退休後可以專職教學生，還貢獻社會

去工聯會教油畫班，發揮所長。她的學生不分年齡，幼稚園學生都教，開學畫畫，天分和愛好兩樣都重要，你鍾意的東西就一定做得好。她退休後為油畫藝術「育苗」，很快樂。感覺人真的需要有門技能傍身，不是為生活，而是為人存在的價值。

余似心家族是藝術之家，除了她，其弟弟余一樂也是個畫家，但風格不同，弟弟是在美國紐約學藝術，目前除了畫畫，還有多種身份，策展人、做藝術收藏及交易、香港導賞員學會顧問，教大家藝術欣賞與中國藝術歷史相關課程，他說做導賞員要上兩年課，考取證書才行，香港有此課程讀。

他認為做藝術行業一定要懂得發掘畫家藝術作品創作背後的故事，其實一幅畫每個觀賞者看到的感受也不同，不需要有統一的定義，不必要追求固定的主題概念。例如欣賞抽象藝術，創作者是想給你空間，你可在其中思考及自我創造意象，欣賞藝術品最重要是好好Enjoy。他最近同萬希泉的老闆William合作，畫了一幅同佛教有關的畫，內藏好多想法啟發，對方很喜歡、好開心，更用來做手錶面，運用在生活用品上，是挺好的融合。



余似心姐弟都是畫家。作者供圖

最終的畢業證書

翠袖乾坤

連盈慧

著名流行曲作詞人只讀過小學五年級，也沒有什麼值得驚奇，眼前我們諸貝爾文學獎得主莫言大師，不也讀到小學五年級？

上世紀讀到小學六年級的還有小說家沈從文，外國作家高爾基、狄更斯、馬克吐溫、蕭伯納也全是12歲到14歲前失學，學歷也不高。

其實5年小學裏學得來的知識，對一個不甘於輟學卻勤於學習的小學生來說當然不夠，踏出校門之後，他自己能夠運用這5年的知識，憑着認識的字，由淺到深發醇至讀懂自己追尋的知識，再經大腦認真選擇批判思考，日積月累自我編排無數的5年加起來的「社會大學」，也未必差過正規學校裏十多年教育。

5年小學程度，不過是止於踏出校門那一天，對一個真心向學的少年來說，並不等於是他一生學問的總和。《論語·為政》中說：「學而不思則罔，思而不學則殆。」有些人就算拿過大學畢業證書之後，有了工作，生活安定，已不在乎學過的東西，問起他大學時本科常識，除非學以致用不

斷反芻也做了本科老師，否則進入學非所用的行業，過一段日子，便會尷尬苦笑承認全部功課已送回學校。有個攻讀化學的男生畢業後從商十年，就曾坦然說除了還記得幾個化學專有名詞，什麼都忘個一乾二淨。

《增廣賢文》中諺語：「學如逆水行舟，不進則退。」進身社會大學，好處就是迫使自我鞭策，養成行舟勇猛向前的志氣，學院出來的大學生，一旦本性剛復自用，不知課外有課，無視社會大學的重要，故步（甚至固步）自封便跟不上時代。

創作這行業更須與時並進，一味守住學院裏頭豐富的「知識蛋白質」，發揮不出鮮活的文采，捧出來堂皇的證書，交出來的作品也是營養不平衡的蒼白。對創作來說，文藝藝術家文憑如何亮麗都不管用，現成作品中顯現出的脈脈才是他的鐵板畢業證書。



莫言也只讀過小學五年級。作者供圖

九龍城寨光影之旅

欣有靈犀

王欣

上周隨攝製組走進九龍寨城公園，立法會主席李慧琼與歷史學家劉智鵬教授作為受訪嘉賓同行。站在「九龍城寨光影之旅」電影場景展前，光影交錯間，彷彿推開了一扇通往舊時光的重門。

大眾習慣稱為「九龍城寨」，但直到修建公園發現刻有「九龍寨城」四字的南門花崗岩石額時，世人方知其正名。這座佔地不大的園區，曾是晚清九龍巡檢司的衙門所在。1898年中英簽訂條約時，清政府堅持保留寨城管轄權。此後百年間，因港英政府無權管、內地遙距難管，造就了特殊的「三不管」地帶。漫步至南門遗址，李慧琼主席聽完劉教授講述這段外交攻防後深有感觸，感慨若非教授詳細解說，很多人都不知道九龍寨城其實是近代大國博弈下的特殊產物。

除了宏大的歷史背景，展區內還原的舊日市井生活更添溫情。走進還原度極高的「華昌士多」，滿牆的懷舊零食與玻璃瓶汽水瞬間勾起了大家的童年回憶。李慧琼主席與劉教授饒有興致地討論起小時候最愛的零食，從眼鏡糖、陽光檸檬茶到熱維他奶與玉泉汽水，兩人在琳瑯滿目的小店前暢談當年街坊生活，現場歡聲笑語，氣氛十分融洽。

劉教授補充道，當年寨城內不僅有便利街坊的小士多，還有盛極一時的牙醫診所與魚蛋工廠。彼時香港牙醫匱乏，不少內地抵港的牙科從業者在此坐診，以平民價格服務街坊；而魚蛋與西餅小作坊，更源源不斷地為全港提供平價美食與就業機會。高峰期4萬多人擠在密集的樓宇中，雖無完善規劃，居民卻自發形成了守望相助的秩序。連綿的建築為了不阻礙旁邊舊啟德機場的飛機起降，自發將高度限制在十一二層，折射出草根階層在縫隙中隨遇而安的智慧。

日佔時期，侵略者曾拆毀寨城古城牆的石塊去填海擴建機場，令這座歷史古蹟跑經滄桑。而如今，隨着九龍寨城公園的修建、電影場景展（展期至2028年）的入駐，昔日神秘的寨城遺蹟蛻變為熱門文旅地標，吸引着無數內外地遊客前來打卡探索。看到公園內絡繹不絕的人群，兩位嘉賓感慨道，要繼續深入推動文化旅遊推廣工作，讓更多海內外遊客走進香港、認識香港的真實歷史與獨特魅力。

從「三不管」的歷史陰霾，到今日遊人如織的公園，九龍寨城不僅是一幅跨越百年的歷史活畫卷，更是香港草根階層刻苦耐勞、自強不息的生動見證。這份埋藏在街坊鄰里間的溫情與奮鬥精神，正是香江歲月中不滅的微光。

「白露」時節話親情

百家廊

鈕桂雲

我小時候，父母整天下地幹活，照顧我的任務就落到大我3歲的姐姐身上。

那時，父母一外出，我就開始哭，從嚎啕大哭到斷斷續續地哽咽，用姐姐的話說，就是「從來不住聲」。一天，姐姐發現了母親藏起來的「白糖」，就偷偷沖了一碗「白糖水」，餵給我喝。剛剛4歲的姐姐，根本不知道給我灌下去的是鹽水，或許她自己也沒捨得喝一口。後來我就咳嗽、憋氣。喘氣時候喉嚨裏有「吼吼」的聲音，老人們說這是得了「癆病」。這病雖然要不了命，但不能根治。為了給我治病，父母帶我去過大醫院、求過神靈、拜過佛祖，但依然無效。

後來，打聽到一個偏方：喝白露那天夜裏的露水能根治這病。於是，白露接露水成了我家一件大事。那時，能找到的盛露水的東西只有酒瓶子。母親推着小推車走街串巷收酒瓶子。「拿酒瓶換雞蛋啲——」，大人孩子聽到母親的聲音就會拿出家裏的酒瓶換雞蛋。換回家的酒瓶，母親用籃子拎着去河邊清洗，洗完倒控在河邊的石頭上，直到一點兒水珠都沒有了，

再收回家。

白露這天，我們全家出動收集露水。父親用小推車推着一車酒瓶子，到河邊的草葉叢接露水。把瓶口對着草葉尖，等到一粒珍珠般的露水聚成黃豆般大小，輕輕一碰草葉，一顆露珠就滾落進瓶裏。黎明時露水量最大，父母就這樣為了給我治病接整整一夜的露水，並且十年如一日地重複着，不曾間斷過。揀滿露水的瓶子要放在地窖裏存起來，只給我喝。

每天早晚，母親給我喝一小碗白露水，平時還捨不得喝，有時也會用白露水給我熬小米粥，當然只熬一小碗，姐姐是享受不到的。多年以後，姐姐調侃我說：「你小時候得的是『饑病』，好東西都讓你吃了。」就這樣，直到十歲左右我的病竟奇跡般地好了，母親總歸功於「白露」露水的神氣。

白露，是「二十四節氣」中的第十五個節氣，秋季第三個節氣。白露之後晝夜溫差大，有時可達十多度，水氣遇冷凝結而成水珠，點落在花草樹木上，在晨光的照耀下晶瑩剔透，故名「白露」。

後來，白露這天雖然我家不再接露

水，但母親總是在這天熬上一鍋甜甜的粥，一家人喝。直到我認識了當醫生的老公，母親的「白露養生粥」才得到了肯定。老公說：「你媽懂醫學，白露是調理脾胃的好時節，這時天氣偏燥，脾胃虛弱的人應趁此時調理好飲食，多喝粥，既能補水防秋燥，又能为身體補充營養。」

直到現在，每年白露這天，我也會熬一鍋銀耳蓮子粥。喝着「白露粥」，兒子總是引逗八十多歲的老母親講那些「接露水」的故事。

後來才知道古人在「白露」這天有「收清露」的習俗。「百草頭上秋露，未晞時收取，愈百病，止消渴，令人身輕不飢，肌肉悅澤。」明朝李時珍的《本草綱目》上記載：「秋露繁時，以盤收取，煎如飴，令人延年不飢。」

「蒹葭蒼蒼，白露為霜。所謂伊人，在水一方。」白露是個美好的節氣，它的寓意不僅僅是秋天的到來，更是希望我們能夠像白露一樣，保持一顆純淨無瑕的心。只有這樣，我們才能夠真正感受到生活的美好和幸福。

秋漸濃，白露生，願您此生無恙，歲月無憂。

清音已遠憶故人

卻又是溫和、真誠坦蕩的。

往後二十多年，我們見面不多，閒時彼此問候，忙時亦不刻意維繫，這份情誼清淡如水，隨着緩緩的音律，靜靜地在時光裏流淌。

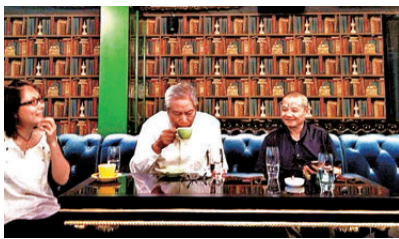
雖相隔甚遠，但在這期間，我做文學網站、走上職業寫作的路，羅老師一直關注着我。他在北京的作品音樂會中恰逢有我喜歡的呂思清小提琴獨奏，會送票請我去現場聆聽。深圳音樂廳有羅老師的作品演出，他受邀赴演，也會邀我同去欣賞。最巧的一次，羅老師與我自小熟知的兒歌《小螺號》詞曲作者付林一同到深圳參加音樂活動，場地離我家步行不過5分鐘，我繫着小辮兒，踩着拖鞋就趕了過去，也就是那次，留下了我與羅老師唯一的一張合影。照片裏的羅老師安然靜坐，一如他向來低調內斂、不事張揚的模樣。

拍攝我編劇的電影《愛不可及》時，我特意邀請羅老師擔任電影的音樂總監，他格外認真，一遍遍聽我們的創作曲目，耐心給出專業、細緻的意見和建議。至今，影片片尾依舊印着他的名字，那是他留給我、留給我的作品一份厚重的支撐。

得知羅老師重病住院時，我滿心難過，也曾任電話裏應允，要專程去北京看他。可

後來生活輾轉、瑣事纏身，我一次次拖延擱置，始終沒能成行，只偶爾通話問候，聽他語氣平和穩定，便總心存僥倖，盼着他能慢慢好轉。直到後來給他打電話、發信息都杳無音信，我才心裏發沉，卻依舊不願往最壞的結局去想。去年1月，中央音樂學院官網發布了羅老師的訃告，他在踏入70歲這一年離世了。我所有的僥倖與期盼盡數落空，除卻悲痛落淚，更多的是無盡的愧疚。他答應過要去看他的，終究沒有做到，成了心底永遠的遺憾。

翻開舊照，望着照片裏的老師，恍惚間又想起他說話的語調，想起他說文樂同源的道理，想起二十餘年平淡卻珍貴的往來……而今清音已遠，良師不再，這篇遲來的記錄，既是我與自己的和解，也是我鄭重地與老師好好道別。



（右起）羅新民、付林及作者合照。作者供圖